

## II edycja programu edukacyjnego „Trzymaj formę” realizowana jest w szkole podstawowej pod hasłem: „Szlachetne zdrowie”.

### *CEL PROJEKTU*

Poszerzenie wiedzy dotyczącej zdrowego żywienia, zbilansowanej diety, aktywności fizycznej oraz kształtowanie umiejętności niezbędnych do utrzymania zdrowia i kondycji fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem odpowiedzialności indywidualnej i świadomego wyboru

### **Cele szczegółowe**

1. Zmiana nawyków żywieniowych.
2. Promocja zasad zdrowego stylu życia.
3. Promocja aktywności ruchowej.
4. Wdrożenie zasady odpowiedzialności indywidualnej za własne zdrowie i świadomego wyboru

### **Założenia projektu z uwzględnieniem tematów w poszczególnych miesiącach:**

<b>STYCZEŃ 2011</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>OPRACOWANIE PROJEKTU „SZLACHETNE ZDROWIE”</b></li><li>• <b>SŁOWNIK ZDROWEGO STYLU ŻYCIA</b></li><li>• <b>OGŁOSZENIE KONKURSU na najciekawszy SPOT REKLAMOWY promujący projekt „SZLACHETNE ZDROWIE”</b></li></ul>
<b>LUTY</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>ROZTAŃCZONE PRZERWY</b> (w każdy wtorek)</li></ul>

<p style="text-align: center;"><b>2011</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ZAPOZNANIE UCZNIÓW Z PIRAMIDĄ ŻYWIENIA</b></li> <li>• <b>W FERIE AKTYWNI!</b></li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>MARZEC 2011</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>OGŁOSZENIE KONKURSU NA NAJZDROWSZY PRZEPIS KUCHARSKI (potrawy wraz z przepisami przynosimy od III do IV 2011)</b></li> <li>• <i>TYDZIEŃ ZDROWEGO ŻYWIENIA – konsumpcja przygotowanych potraw</i></li> <li>• <i>Szlachetne zdrowie! SPOT REKLAMOWY- rozstrzygnięcie konkursu</i></li> <li>• <b>SPOTKANIE Z PIEŁĘGNIARKĄ SZKOLNĄ:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <i>ANOREKSJA, BULIMIA!</i></li> <li>❖ <i>Higiena osobista!</i></li> </ul> </li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>KWIECIEŃ 2011</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA – 7.IV.2011</b> Wybory „Miss i Mistera - warzyw i owoców</li> <li>• <b>DZIEŃ PROMOCJI ZDROWIA W BIBLIOTECE</b></li> <li>• <b>ŚWIATOWY DZIEŃ ZIEMI – 22.IV.2011</b></li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>MAJ 2011</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i><b>FOOD HABITS – NAWYKI ŻYWIENIOWE W KRAJACH ANGLOJĘZYCZNYCH</b></i> prezentacje multimedialne klas 4-6</li> <li>• <b>Zredagowanie Szkolnej książki kucharskiej</b> i umieszczenie jej na stronie internetowej. ( przepisy uczniów z konkursu) termin 15-31.05.2011</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>CZERWIEC 2011</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>DZIEŃ DZIECKA NA SPORTOWO - 1.VI.2011</b></li> <li>• <b>RODZINNY FESTYN REKREACYJNO-SPORTOWY PODSUMOWANIE PROJEKTU:„SZLACHETNE ZDROWIE” Happening prozdrowotny</b></li> </ul>